Assonances

LA LETTRE DU RÉSEAU COOPÉRATIF ARC-EN-CIEL THÉÂTRE • N°70,1 • MAI 2019

DOSSIER

REGION OCCITANIE

VIVRE VIEUX, VIVRE HEUREUX

Sud Quercy

Depuis 40 ans, L'ADAR Quercy blanc accompagne le vieillissement sur le territoire du Sud du Lot, par l'accompagnement des aidants familiaux, la prévention, la mise à disposition de logement sociaux, le prêt de matériel… et l'invention permanente d'actions favorisant l'autonomie. Missionnée par l'ARS et la conférence des financeurs, elle poursuit une volonté de grande proximité et de lien social. Rencontre avec Sylvie Sicard, directrice. Cahors.

Comment vous est venue l'idée de cette coopération ?

Jusqu'en 2010 nous faisions de l'aide à domicile, mais cette activité a été reprise par une nouvelle structure départementale. Notre association restait pourtant bien vivante avec l'envie de contribuer au bien être en milieu rural. Nous avons donc recentré notre activité sur la prévention de la perte d'autonomie et la prévention de l'épuisement des aidants familiaux.

Comme Jacques nous avait parlé du travail de Jessica, nous sommes allés à plusieurs voir une séance publique à Villefranche de Rouergue à propos des aidants familiaux et dans le même temps la conférence des financeurs lançait un appel à projet pour de nouvelles actions : « la prévention du vieillissement ».

Nous savions que c'est un sujet délicat puisque personne ne souhaite se voir comme « vieillissant », aborder ces questions avec le maximum de monde était donc un défi qui correspondait exactement à la raison d'être de notre association. Nous avons pensé que les méthodes d'Arc en Ciel Théâtre correspondaient à cette envie de partir du vécu des personnes.

A l'ADAR, nous sommes dans l'intention affirmé par les circulaires officielles avant qu'elles n'existent : partir des besoins, observer, écouter et entendre. C'est un travail délicat qui repose sur la permanence de relations de confiance et qui demande de toujours inventer, proposer des choses en fonction de ce que l'on entend, de ce que l'on rencontre. Nous sommes contents que le cadre de la loi le pose aujourd'hui, mais qui le fait vraiment ?

Comment s'est mise en place cette action ?

Sur les invitations, on s'est demandé quoi mettre, parce que « théâtre », ça fait peur, mais on ne voulait pas non plus cacher ce qui serait fait. La constitution du groupe s'est donc faite beaucoup par le bouche à oreille et la confiance dans les activités organisées par l'ADAR.

Après un noyau s'est vite constitué parce que la parole libre est un grand plaisir, même pour ceux qui trouvaient les jeux un peu enfantins au début. La confiance installée ouvre des possibilités de partager des sujets, et même parfois une certaine violence, comme nulle part ailleurs. La parole en confiance, c'est contagieux !

Et puis il y eu des moments très riches quand on a invité des professionnels : la simplicité pour aborder des sujets délicats a étonné et rassuré tout le monde : chacun était sorti des relations habituelles où l'on ose pas parler parce qu'on pense que l'autre nous juge.

Avant de démarrer j'avais présenté l'action à nos partenaires habituels en leur signalant qu'ils seraient sollicités pour les

séances publiques. Certains avaient été étonnés voir méfiants (on sort de l'habitude de décliner du « savoir sachant ») mais tous ont joué le jeu, aussi bien pour contacter des personnes que pour venir aux séances publiques. Là encore on s'est appuyé sur le travail effectué en confiance depuis des années avec ces réseaux. Et on a eu ensuite des retours très positifs : la démarche d'aborder les choses par « le concret » a vraiment été appréciée.

La conférence croisée à plusieurs voix a eu aussi du succès chez les professionnels : un moyen de poser des questions concrètes et d'apporter des réponses concrètes, mais aussi un moyen de faire connaitre les bonnes personnes : on ne reste pas dans un flou général ou dans la multiplication des contacts pour trouver le bon interlocuteur.

Quel a été l'intérêt spécifique du théâtre institutionnel ?

La prévention, ça semble une évidence, mais c'est « avant ». Avant que les problèmes surgissent, avant qu'on ne les imagine, avant qu'on accepte que le sujet nous concerne, avant tout ce que nous pouvons proposer ! Nous ne pouvions pas nous contenter de faire comme d'habitude : entrer dans un sujet par un professionnel qui vient en expliquer toutes les facettes.

Ici, la méthode proposée, c'est clairement de partir de ce que vivent les gens. Prendre ce qui vient. Mobiliser douze personnes sur « la perte d'autonomie », c'est difficile. Mais une fois que les participants sont là, tout le monde comprend bien que l'important c'est d'apporter ce qu'on veut, c'est d'ouvrir la parole.

Y a-t-il eu des ratés ou des aspects négatifs ?

Une chose très lourde, mais je crois qu'on y changera rien, c'est le travail énorme pour faire correspondre les attentes des gens et les attentes des comptes-rendus officiels…. Mais il faut bien le faire !

Nous avons constaté une grande différence d'approche entre les participants de 60/75 ans et ceux plus âgés : ils ne sont pas du tout dans les mêmes questions vis à vis de l'autonomie. Les premiers estiment que c'est une question lointaine pour eux, les autres sont déjà concernés au quotidien même si c'est parfois des petits détails. Peut être faudrait-il trouver une autre annonce comme sujet ? Nous allons essayer d'annoncer à chaque atelier un sujet précis, ce qui permettra de le creuser mieux et que chacun y trouve son compte. On aura peut être des âges différents selon les sujets.

Il faut aussi prendre en compte les territoires sur lesquels on intervient : selon que l'on est par exemple à Prayssac ou à Limogne (ou ailleurs), les habitudes de solidarités de voisinage ne sont pas les mêmes. Donc le groupe ne se constitue pas de la même façon et n'aborde pas les mêmes sujets.

fiche technique

ADAR Quercy Blanc

10 avenue Foche,
46 170 Catselnau Montratier
Tel : 05 65 21 49 75
Port : 07 88 11 53 02

Site : http://adarquercyblanc.fr/

Chaque groupe est différent et nous oblige à inventer une dynamique différente, nous devons y être attentifs.

Envisagez-vous des suites ?

Nous préparons la prochaine saison avec deux nouveaux territoires.

Quelle analyse faite-vous de cette action ?

Je crois qu'on ne se rend pas compte de l'isolement énorme qui augmente avec le vieillissement : on voit de moins de monde petit à petit, simplement. Alors que ces personnes ont plein de choses à échanger, à raconter, à apporter aux autres. C'est pour cela qu'on veut mobiliser dès 60 ans, avant que l'isolement ne s'installe. Ici participer à un atelier de 3h à échanger avec d'autres sur la vie, même si la personne ne dit rien c'est extraordinaire !

Avec cette action, on a multiplié les réseaux. On est parti bien sûr des connaissances des professionnelles, mais les relations se sont multipliées. Habituellement, les personnes appellent les mairies dans l'urgence, qui sont parfois embêtées quand elles n'ont pas les réponses. On peut dire qu'il y a maintenant une multitude d'interconnaissance, aussi bien avec les professionnelles, qu'entre les personnes, et même avec certaines mairies.

Finalement la prévention de la perte d'autonomie c'est d'abord la lutte contre l'isolement. Il ne suffit pas de distribuer de l'information, il faut inviter à être en contact permanent pour pouvoir trouver l'information quand on en a besoin. C'est valable pour tout le monde, pas seulement après 60 ans. Et en faisant ça on participe à redynamise la vie communale.

PROPOS RECUEILLIS PAR BRUNO BOURGAREL & JESSICA RAYNAL

Le point de vue des participants

« Personne ne se sent vieux ! Annoncer un truc « pour les vieux », c'est le meilleur moyen de nous faire tous fuir ! Chacun se dit que c'est ceux qui ont dix ou vingt ans de plus qui sont vieux, depuis l'enfance ! De toute façon, on est vieux quand on est vieux dans sa tête, ce n'est pas l'âge qui compte en premier. »

« En fait c'est surtout qu'on a fait confiance à Sylvie et à Cathy, c'est pour ça qu'on est venu voir de quoi il s'agissait. »

« Moi, à 65 ans, je me suis dit, ça ne me concerne pas... mais je suis venu par attachement à l'association. Parfois certains sujets étaient éloigné de mes préoccupations. Je me dit finalement que ce serait peut être intéressant dans une dynamique de préparation à la retraite... »

« Les jeux, c'est quand même se laisser infantiliser, heureusement que Jessica nous a rassurés. »

« Je me souviens de cette scène de la chute, on l'a rejouée peut être dix ou quinze fois, et c'était pas drôle comme sujet, mais qu'est ce qu'on a rigolé, et on a appris plein de choses sur les chutes ! »

« Il ya des gens qui n'ont pas compris ce qu'on attendait d'eux, c'était trop inhabituel, il aurait fallu qu'il reviennent à la séance publiques, ils auraient sans doute compris. »

« J'ai découvert des sujets auxquels je n'aurai pas pensé seule, comment chacun vit, l'aménagement des maisons. »

« On peut exprimer des choses difficiles sans s'étaler, Alzeihmer par exemple. Ecouter les autres, ça fait du bien aussi. »

« Peut être qu'il y a eu trop de scènes, trop de sujets, on aurait pu faire plus de séances publiques, quand les professionnels sont venus réfléchir avec nous. »

« J'ai beaucoup rit, alors je suis revenu, et j'ai beaucoup glané d'informations. »

« Jouer une situation, c'est quand même autre chose que de l'expliquer. »

« Quand on a fait la séance publique, on a découvert qu'il y avait encore mille autre possibilité que toutes celles auxquelles on avait déjà pensé dans l'atelier, c'est fantastique parce que ça veut dire qu'on peut toujours inventer des choses face aux situations difficiles. »

« Ca change pas grand-chose à nos problèmes, quand on rentre tout sera pareil, mais au moins on a passé un bon moment et ça fait connaître d'autres personnes. »

« On a rarement eu des professionnelles aussi disponibles pour répondre à nos questions. »

Le point de vue de l'expert

« L'intérêt d'action comme celle-ci est triple : il s'agit de s'appuyer sur le collectif, d'associer tous les partenaires et de faire émerger les sujets avant qu'ils ne deviennent urgents. Parce que souvent les personnes viennent nous trouver quand la situation est déjà dégradée, et sont perdus parmi les différents dispositifs. Avec cette action, on a vu que les appels ont augmentés mais aussi avec des question plus précises. Chacun peut se construire les informations dont il a besoin et interpeller les professionnels au bon endroit.

Si l'on veut répondre à la problématique du vieillissement en milieu rural, on ne s'en sortira pas qu'avec des réponses individuelles et dans l'urgence. Il faut faire de la prévention, c'est à dire du lien social, oser inventer de nouvelles manières d'être en relation.

La première fois que j'ai été invitée, je n'ai pas cru que le groupe allait vraiment jouer les situations. Et je n'ai pas cru pouvoir y prendre une place, alors que je suis pourtant habituée à rencontrer du monde. Et puis ça s'est fait tellement naturellement que j'étais contente que le groupe m'accepte. La confiance et la cohésion installées font qu'on peut se sentir dans un réel échange, alors que j'étais une professionnelle inconnue quelques minutes plus tôt.

Lors de la conférence croisée, cette même tranquillité dans l'accueil m'a permis de « coller » précisément aux questions des participants. Ainsi, j'ai accepté de ne pas forcément présenter tous les grands schémas des dispositifs existants, mais je suis repartie avec la certitude de ne rien avoir oublié qui puisse leur être utile. »

Sakina BELHASSAN, Coordinatrice gérontologie pour l'Espace Personne Agées de Luzech

L'avis d'arc en ciel

L'autonomie pour tous

Nous étions d'accord avec l'ADAR sur le fond et la forme : c'est en prenant appui sur les situations réelles du quotidien des gens que nous pourrons dire, prévenir et transformer les conditions de vie.

C'est donc un tissage patient de liens — non seulement avec les personnes de plus de 60 ans mais aussi avec les familles, les bénévoles, les professionnels de la santé, de l'aide à la personne, du social, de la gérontologie, du service public, des mutuelles, … — qui a permis la mise en place de l'action.

Car le constat est simple : l'humain demande du temps et demande aussi d'accepter la complexité. Vieillir, comme vivre, n'est pas une affaire de diffusion de bonnes techniques ou de savoirs : il s'agit ici de questionner la société dans son fonctionnement quotidien.

Ce partenariat au sens fort, nous offre la possibilité de réinventer, de créer, d'ancrer les résonnances de l'action sur une commune et un territoire. Chaque action est reconstruite en fonction du lieu, des réseaux et au fur et à mesure de l'implication de nouvelles personnes.

Les graines semées sont aussi in-quantifiables qu'inqualifiables en matière de changement puissant pour notre société.

Nous avons appris les uns des autres, compris que nous étions tous concerné, et expérimenté des propositions vers l'autonomie qui ne sont sans doute pas réservées aux plus de 60 ans…

Ce choix du temps et des moyens humains n'est malheureusement pas sans concession, car les sources de financement proposées pour agir sont attribuées à l' action « isolée » et non au fonctionnement et à la démarche sur du long terme. Si ce mécanisme précarise et affaiblit considérablement les structures associatives, nous voyons ici de toute évidence qu'il sape le patient travail de remise en société.

L'autonomie ne se construit pas en quelques semaines, mais par le questionnement des conditions de vie partagé avec ses concitoyens.

La perte d'autonomie, nous renvoie plus largement au contexte actuel : quelque soit la « catégorie « du public »(jeunes, âgés, en activité, à la retraite, étudiants, élus, …), nous tentons de colmater dans l'urgence les failles de notre société, sans prendre le temps de nous inspirer de ce travail pour en tirer les leçons : nous sommes des femmes et des hommes étouffés par des injonctions « à l'immédiateté », sous tutelle, redevable d'un bon résultat (mais lequel ?); nous empêchant de construire nos initiatives dans une perspective pérenne et sereine.

Il s'agit bien là d'un problème de santé publique.

Et aussi

Avec les aidants familiaux :

• Association Familliale interCantonale [Montastruc, Plateforme 31] • Tarbes [Plateforme 65, site des ayguerotes] • Conseil Départemental Aveyron, Mutualité Sociale Agricole et associations [12] • Mutalité Sociale Agricole du Lot •…

Avec les professionnels et futurs professionnels de l'accompagnement :

• Maison Familiale Rurale et réseaux de Périgueux [24] • Association Familliale interCantonale, [Montastruc 31] • Association des Cités du Secours Catholique [Toulouse, 31] • Graulhet [Centres Social et CCAS] • Fédération des Maisons Familiales Rurales de MidiPyrénées • …